สิ่งที่สุนัตให้ปฏิบัติในการถือศีลอด

จากหนังสือ “มุคตะศ็อรฺ อัล-ฟิกฮิล อิสลามีย์”

โดย เชค มุหัมมัด บิน อิบรอฮีม บิน อับดุลลอฮฺ อัต-ตุวัยญิรีย์

แปลโดย ไฟศ็อล อับดุลฮาดีย์

islamhouse.com

1428 / 2007

บทความว่าด้วยสิ่งที่สุนัตและสนับสนุนให้ปฏิบัติในการถือศีลอด เช่น การทานสะหูรฺ การรีบละศีลอด ดุอาอ์ต่างๆ ในการละศีลอด การให้ทานแก่ผู้อื่น การอ่านอัลกุรอาน การประกอบอิบาดะฮฺในคืนลัยละตุลก็อดร์ เป็นต้น

- สุนัตให้ผู้ที่ถือศีลอดรับประทานสะหูรฺ (อาหารก่อนขึ้นแสงอรุณ) เนื่องจากในสะหูรฺนั้นมีความจำเริญ และสะหูรฺที่ดีที่สุดสำหรับมุอ์มินคือผลอินทผาลัม และสุนัตให้ล่าช้าในการรับประทานสะหูรฺ และส่วนหนึ่งในความจำเริญของการรับประทานสะหูรฺคือมีความยำเกรงในการภักดีต่ออัลลอฮฺและการทำอิบาดะฮฺต่อพระองค์ และมันยังเป็นเหตุให้ลุกขึ้นจากเตียงนอนในช่วงสะหูร ช่วงแห่งการขออภัยโทษ ดุอาอ์ ละหมาดศุบฮฺร่วมกัน และเพื่อให้เกิดความแตกต่างกับพวกอะห์ลุลกิตาบ

- สุนัตให้รีบเร่งในการละศีลอด โดยให้เริ่มกินด้วยผลอินทผาลัมก่อนที่จะละหมาด และหากไม่มีผลอินทผาลัมก็ให้เริ่มด้วยน้ำเปล่า และหากไม่มีน้ำเปล่าอีกก็ให้แก้ด้วยอาหารหรือเครื่องดื่มที่หะลาลใดก็ตามแต่สะดวก และถ้าหากไม่มีอาหารและเครื่องดื่มก็ให้ตั้งเจตนาเพื่อละศีลอด

- ผู้ที่ถือศีลอดนั้นจะสูญเสียจำนวนน้ำตาลที่สะสมไว้ในร่างกาย และจะลดระดับลงต่ำกว่าระดับปกติ ซึ่งเป็นเหตุให้ผู้ที่ถือศีลอดรู้สึกรู้สึกอ่อนเพลีย เกียจคร้าน และทำให้ตาพร่า และการรับประทานผลอินทผาลัมนั้นทำให้ระดับน้ำตาลและพละกำลังเพิ่มขึ้น ด้วยความประสงค์ของอัลลอฮฺ

- สุนัตให้ให้อาหารคนอื่นเพื่อละศีลอด และใครก็ตามที่ให้อาหารคนอื่นเพื่อละศีลอดเขาจะได้รับผลบุญเสมือนกับผู้ที่ถือศีลอด โดยที่ผู้ถือศีลอด(ซึ่งรับอาหารของเขาไปนั้น ผลบุญของเขาจะ)ไม่ขาดตกบกพร่องแต่ประการใด

- สุนัตให้ผู้ที่ถือศีลอดหมั่นรำลึกและดุอาอ์ต่ออัลลอฮฺ และให้กล่าวบิสมิลลาฮฺขณะละศีลอด และกล่าวสรรเสริญต่ออัลลอฮฺเมื่อรับประทานเสร็จ และให้กล่าวขณะละศีลอดว่า

«ذَهب الظمأ ، وابتلتِ العروق ، وثَبت الأجرإِنْ شاءَ ا »

ความว่า "ความเหือดกระหายได้หายไป เส้นโลหิต(หรือเส้นทางเดินอาหาร)ก็ชุ่มชื้น และได้รับผลตอบแทนอย่างแน่นอนอินชาอัลลอฮฺ" (หะสัน บันทึกโดยอบู ดาวูด : 2357 ดู เศาะฮีหฺ สุนัน อบี ดาวูด : 2066)

- สุนัตให้ผู้ที่ถือศีลอดหรือไม่ถือศีลอดหมั่นสีฟันไม่ว่าในช่วงต้นของกลางวันและช่วงท้าย

- สุนัตให้ผู้ที่ถือศีลอดเมื่อมีคนมาด่าทอหรือกล่าวให้ร้ายให้เขากล่าวว่า ฉันถือศีลอด ฉันถือศีลอด และหากเขากำลังยืนอยู่ก็ให้นั่งลง

- สุนัตให้ผู้ที่ถือศีลอดหมั่นทำการงานที่ดีให้มากเช่น การรำลึกถึงอัลลอฮฺ อ่านอัลกุรอาน มีจิตกุศล บริจาคทาน ช่วยเหลือคนยากจนและผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ การขออภัยโทษ การเตาบัต ละหมาดในช่วงกลางคืน ติดต่อสัมพันธ์ระหว่างเครือญาติ เยี่ยมเยียนคนป่วย และอื่น ๆ

- สุนัตให้ละหมาดตะรอวีห์ในค่ำคืนของเดือนเราะมะฎอนหลังจากละหมาดอิชาอ์ (สิบเอ็ดร็อกอัตพร้อมกับละหมาดวิตร์ หรือสิบสามร็อกอัตพร้อมกับละหมาดวิตร์) นี่คือสุนนะฮฺ และถ้าหากว่าใครจะเพิ่มมากกว่านี้ก็ถือว่าไม่เป็นไรและไม่ได้เป็นสิ่งที่น่ารังเกียจ และใครก็ตามที่ละหมาดจนจบพร้อมอิมามเขาจะถูกบันทึกเสมือนกับผลบุญการยืนละหมาดตลอดทั้งคืน

- สุนัตให้รับประทานผลอิทผาลัมด้วยจำนวนคี่ก่อนออกไปละหมาดอีดิลฟิฏร์

- สุนัตให้ผู้ที่ถือศีลอดเมื่อมีคนเชื้อเชิญให้รับประทานอาหารในช่วงกลางวันกล่าวว่า “ฉันถือศีลอด” เนื่องจากท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุ อะลัยฮิ วะสัลลัม ได้กล่าวว่า

«إِذَا دعِي أحدكُم إِلَى طَعامٍ وهو صائِمٌ فَلْيقُلْ : إِني صائِمٌ»

ความว่า "เมื่อคนหนึ่งคนใดในหมู่พวกท่านถูกเชื้อเชิญให้รับประทานอาหาร ในขณะที่ท่านนั้นถือศีลอด ท่านก็จงกล่าวแก่เขาว่า แท้จริงฉันนั้นถือศีลอดอยู่" (บันทึกโดยมุสลิม : 1150)

- สุนัตให้ผู้ที่ถือศีลอดหรือไม่ก็ตามเมื่อได้รับประทานอาหาร ณ ที่ที่เขาได้รับการเชื้อเชิญให้กล่าวว่า

«أَفْطَر عِندكُم الصائِمون ، وأَكَلَ طَعامكُم الأَبرار ، وصلت علَيكُم الملَائكَةُ»

ความว่า "บรรดาผู้ถือศีลอดได้แก้ศีลอด ณ ที่ท่าน บรรดาผู้ที่ดีได้รับประทานอาหารท่าน และบรรดามลาอิกะฮฺอวยพรให้แก่ท่าน" (เศาะฮีหฺ บันทึกโดยอบู ดาวูด : 3854 และนี่คือสำนวนในรายงานของท่าน ดู เศาะฮีหฺ สุนัน อบี ดาวูด : 3263 และบันทึกโดยอิบนุ มาญะฮฺ : 1747 ดู เศาะฮีหฺ สุนัน อิบนิ มาญะฮฺ : 1418)

- สุนัตให้ทำอุมเราะฮฺในเดือนเราะมะฎอน ดังที่ท่านนบี ศ็อลลัลลอฮุ อะลัยฮิ วะสัลลัม ได้กล่าวว่า

«فَإِن عمرةً فِي رمضانَ تقْضِي حجةً أَو حجةً معِي»

ความว่า "แท้จริงการทำอุมเราะฮฺในเดือนรอมฎอนเท่ากับการหัจญ์หรือการทำหัจญ์พร้อมกับฉัน" (บันทึกโดยอัล-บุคอรีย์ : 1863 และมุสลิม : 1256)

- ใครก็ตามที่ตั้งเจตนาอิหฺรอมเพื่อทำอุมเราะฮฺในวันสุดท้ายของเดือนเราะมะฎอน และเขายังไม่ได้เริ่มประกอบการงานอุมเราะฮฺอื่น ๆ จวบจนกระทั่งถึงค่ำคืนของวันอีด การทำอุมเราะฮฺของเขานั้นถือเป็นการทำอุมเราะฮฺในเดือนเราะมะฎอน เพราะเวลาการทำอุมเราะฮฺนั้นจะเริ่มนับเมื่อมีการตั้งเจตนา

- สุนัตให้มุมานะและพยายามในการประกอบอิบาดะฮฺต่าง ๆ ในช่วงสิบวันสุดท้ายของเดือนเราะมะฎอน และให้ชุบช่วงกลางคืนให้มีชิวิตชีวา(ด้วยการทำอิบาดะฮฺ)พร้อมกับปลุกสมาชิกในครอบครัวด้วย

ความประเสริฐของค่ำคืนอัล-ก็อดรฺ

คืนอัล-ก็อดรฺเป็นคืนที่ยิ่งใหญ่ ซึ่งเป็นคืนที่อัลลอฮฺจะกำหนดริซกี อายุขัย และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่จะบังเกิดขึ้นในปีนั้นๆ และให้คาดหวังคืนอัลก็อดรฺในคืนคี่ในช่วงสิบวันสุดท้ายของเดือนเราะมะฎอน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในคืนที่ยี่สิบเจ็ด

ความพิเศษของค่ำคืนอัล-ก็อดรฺ

คืนอัล-ก็อดรฺประเสริฐกว่าหนึ่งพันเดือน ซึ่งเท่ากับแปดสิบสามปีกับอีกสี่เดือน ดังนั้นจึงส่งเสริมให้ลุกขึ้นในค่ำคืนนั้นเพื่อประกอบอิบาดะฮฺและหมั่นขอดุอาอ์ให้มาก

1. อัลลอฮฺได้ตรัสว่า

«إِنا أنزلناه فِي لَيلَةِ القَدرِ، وما أدراك ما لَيلةُ القَدرِ، لَيلةُ القَدرِ خيرٌ مِن ألفِ شهرٍ، تنزلُ المَلائكةُ والروح فِيها بِإِذْنِ رَبِّهِم مِن كُلِّ أمرٍ، سلامٌ هِي حتى مطلَعِ الفَجرِ»

ความว่า "แท้จริงเราได้ประทานอัลกุรอานลงมาในคืนอัล-ก็อดรฺ และอะไรเล่าจะทำให้เจ้ารู้ได้ว่าคืนอัล-ก็อดรฺนั้นคืออะไร คืนอัล-ก็อดรฺนั้นดียิ่งกว่าหนึ่งพันเดือน บรรดามลาอิกะฮฺและอัร-รูหฺ (ญิบรีล) จะลงมาในคืนนั้น โดยอนุมัติแห่งพระเจ้าของพวกเขาด้วยกิจการทุกประการ คืนนั้นมีความศานติจนกระทั่งรุ่งอรุณ" (อัล-ก็อดรฺ : 1-5)

2. จากท่านอบู ฮุร็อยเราะฮฺ เราะฎิยัลลอฮฺ อันฮฺ จากท่านเราะสูลุลลอฮฺ ศ็อลลัลลอฮฺ อะลัยฮิ วะสัลลัม ได้กล่าวว่า

«من قَام لَيلةَ القَدرِ إِيمَانًا واحتِسابًا غُفِر لَه ما تقَدم مِن ذَنبِهِ»

ความว่า "ใครก็ตามที่ยืนละหมาดในคืนอัลก็อดรฺด้วยใจที่ศรัทธาและหวังผลตอบแทนจากอัลลอฮฺ เขาจะถูกอภัยโทษในความผิดที่ผ่านมา" (บันทึกโดยอัล-บุคอรีย์ : 1901 และมุสลิม : 760)

3. จากท่านหญิงอาอิชะฮฺ เราะฎิยัลลอฮุ อันฮา ได้กล่าวว่า ฉันได้กล่าวว่า โอ้ท่านเราะสูลุลลอฮฺ ท่านมีความคิดอย่างไรเมื่อฉันรู้สึกว่าเป็นคืนไหนเป็นคืนอัลก็อดรฺ ฉันจะกล่าวว่าอะไรดี ? ท่านตอบว่า เธอจงกล่าวว่า

«اَللهم إِنك عفُو كَرِيمٌ تحِب العفْو فَاعف عني»

ความว่า "โอ้อัลลอฮฺ แท้จริงพระองค์นั้นทรงเป็นผู้ที่อภัยโทษ ทรงเป็นผู้ที่กรุณาเผื่อแผ่ พระองค์ทรงโปรดการอภัยโทษ ดังนั้นจงอภัยโทษให้แก่ข้าด้วยเถิด" (เศาะฮีหฺ บันทึกโดยอัต-ติรมิซีย์: 3513 สำนวนนี้เป็นรายงานของท่าน ดู เศาะฮีหฺ สุนัน อัต-ติรมิซีย์ : 2789 และบันทึกโดยอิบนุ มาญะฮฺ : 3850 ดู เศาะฮีหฺ สุนัน อิบนุ มาญะฮฺ : 3105)